

**申し込み時の
必要事項**

- ① 行事名(希望する日時・曜日・会場・コースなども) ② 住所(郵便番号も) ③ 氏名(ふりがな) ④ 年齢
 ⑤ 電話番号(ファクスの方はファクス番号、メールの方はEメールアドレスも) ⑥ 学校名・学年(児童・生徒のみ)
 ⑦ 返信先(往復はがきの場合) ※申し込みは1人(1組)1通です

体育施設

※詳細は各施設へお問い合わせください

■スポーツ教室

施設名	内容
中央体育館 (中央区大通東5) ☎251-1815	【要申込】有料。7/2(水)から順次開講 ①卓球 ②バドミントン ③テニス ④骨盤体操 ⑤ZUMBA ⑥太極舞 ⑦ミツヴァテクニク ⑧ひめトレ&棒体操 ⑨フラダンス ⑩クラシックバレエ(幼児、成人)
美香保体育館 (東区北22東5) ☎741-1972	【要申込】有料。7/1(火)から順次開講 ①フィットネス(ピラティス、リズム体操、ヨガ) ②テニス
月寒体育館 (豊平区月寒東1の8) ☎851-1972	【要申込】有料。7/1(火)から順次開講 ①マンツーマン卓球 ②低学年フィギュアスケート ③ジュニアテニス ④夏休みキッズスケート
中島体育センター (中央区中島公園内) ☎530-5906	【要申込】有料。7/1(火)から順次開講 ①卓球 ②バドミントン(少年少女～中級) ③ヨガ ④キッズジム(幼児、少年少女) ⑤フットサル(幼児、少年) ⑥クラシックバレエ(成人) ⑦ストレッチで健康向上 ⑧脂肪燃焼ボクササイズ ⑨代謝アップエクササイズ ⑩バランスボディピラティス
円山総合運動場 (中央区宮ヶ丘3) ☎641-3015	【要申込】有料。7/1(火)から順次開講 ①パワーヨガ ②骨盤バランス ③太極拳 ④ヨガ ⑤ストレッチ(健康美容、リンパ) ⑥ロコトレ ⑦ジャイロキネシス ⑧ピラティス ⑨らくらくリズム体操
つどーむ (東区栄町885) ☎784-2106	【要申込】有料。7/3(木)から順次開講 ①フラダンス ②ベリーダンス ③ボクササイズ ④からだにやさしい健康体操 ⑤テニス初中級 ⑥ウエストシェイプヨガ ⑦脂肪燃焼ルーシー ⑧あへあほストレッチ ⑨背骨骨盤体操 ⑩初心者パークゴルフ 【一般開放】有料。6/17(火)、23(月)9時～17時 テニス、フットサル、バウンドテニス、ゲートボール、 グラウンドゴルフ、フリースペース ※6/16(月)は施設整備日のため使用できません
宮の沢屋内競技場 (西区宮の沢490) ☎664-6363	【要申込】有料。6/25(水)から順次開講 ①テニス(レベルアップ、トーナメント、実践、ピンポイン ト、フォーメーション、通年スクール、マンツーマン・ グループ) ②少年少女ベースボール ③女子テニス(ゲームレッスン、ペアゲームレッスン、 AB級強化レッスン) ④幼児(テニス、フットサル、からだ遊び塾) ⑤キッズ・ジュニア(テニス、フットサル、リズムダンス、 からだ遊び塾) ⑥フィットネス(ヨガ、美bodyダイエット)

施設名	内容
Fu's (南区藤野) ☎591-8111	【要申込】有料。7/9(水)から順次開講 ①カヌー体験 ②ノルディックウォーキング ③さわやかウォーキング

■水泳教室

施設名	内容
東温水プール (東区北16東16) ☎785-6812	【要申込】有料。7/28(月)開講。申し込みは6/24(火)までに 往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①おはよう(幼児、少年少女)
白石温水プール (白石区平和通1南) ☎846-0004	【要申込】有料。7/28(月)開講。申し込みは7/5(土)までに往 復はがきを送付か、直接。(抽選) ①おはよう(幼児、少年少女)
豊平公園温水プール (豊平区美園6の1) ☎813-6556	【要申込】有料あり。6/29(日)から順次開講。申し込みは①は 6/21(土)までに☎、直接。(抽選)、②～⑥は21(土)、⑦ ～⑩は7/12(土)までにはがきを送付か、直接。(抽選) ①幼児・少年少女無料体験 ②短期アクアエクササイズ ③短期ナイトアクア ④夏季短期(3歳児～成人上級) ⑤夏季短期ナイト(幼児～成人初級) ⑥夏休みおはよう(幼児、少年少女) ⑦幼児・少年少女 ⑧成人・シニア ⑨アクアピクス ⑩背骨コンディショニング
平岸プール (豊平区平岸5の14) ☎832-7529	【要申込】有料あり。6/29(日)から順次開講。申し込みは① ②は6/14(土)、③④は7/5(土)までに往復はがきを送 付か直接。(抽選)、⑤は6/14(土)、⑥は7/10(木)までに ☎、直接。(抽選)、⑦は6/14(土)から直接。(先着) ①成人 ②フィットネス ③夏休みおはよう(幼児、少年少女) ④夏休みサマーナイト(幼児、少年少女) ⑤親子チャレンジ ⑥着衣泳無料体験 ⑦水泳指導基礎講習
清田区体育館・温水プール (清田区平岡1の5) ☎882-9500	【要申込】有料。7/28(月)から順次開講。申し込みは7/7(月) までに☎、直接。(抽選) ①夏休みおはよう(幼児、少年少女) ②夏休み短期(クロール&背泳ぎ、平泳ぎ、バタフ ライ)
手稲曙温水プール (手稲区曙2の1) ☎683-0676	【要申込】有料。7/29(火)から順次開講。申し込みは6/15 (日)までにFAX683-0682、直接。(抽選) ①夏休み短期(親子～シニア)

国際プラザ

〒060-0001 中央区北1西3札幌MNビル3階 ☎211-3670 FAX 211-3673

行事名	内容	日時	対象・費用	申込・備考
星条旗から読 み解くアメリカ 独立の歴史	在札幌米国総領事館 職員が、星条旗の歴史 などを日本語で講演	6/27(金)18時30 分～19時30分	50人。無料	6/11(水)から国際プラザ☎211-2105へ。(先着。問 い合わせは☎211-2105
留学生とアフタ ヌーク	年中行事と食べ物をも テーマに、留学生による母 国の紹介と参加者との 交流	7/13(日)13時～ 15時30分	50人。無料	☎、FAX、E、直接。上欄必要事項を記入し、6/13(金) から国際プラザ(☎211-2105、FAX232-3833、 E o.sem.sky@gmail.com)へ。(先着。問い合わせは ☎211-2105
学生国際合宿 セミナー	5カ国の学生と、国際文 化都市をテーマに意見 交換などを行う	8/16(土)～27(水)	札幌圏の大学院、大学、短大 の学生20人。日本人学生 25,000円、留学生15,000円	国際プラザ、HPで配布中の申込書を、6/19(木)まで。 選考あり。会場はNTT北海道セミナーセンター(中央区 南22西7)ほか。問い合わせは☎211-2105
親子で作ろう 世界のクラフト 子ども	4カ国の国際交流員の 出身国の工芸品を親子 で作る	7/18(金)18時～ 19時30分	小学1年～4年と保護者40人。 無料	6/16(月)から国際プラザ☎211-2105へ。(先着。問 い合わせは☎211-2105